彩妝維納斯

MAKEUP VENUS

TOP5

COAY Books

目录
Content

- 第1节：丝棋美学(1)
- 第2节：丝棋美学(2)
- 第3节：丝棋美学(3)
- 第4节：丝棋美学(4)
- 第5节：丝棋美学(5)
- 第6节：丝棋美学(6)
- 第7节：丝棋美学(7)
- 第8节：丝棋美学(8)
- 第9节：丝棋美学(9)
- 第10节：丝棋美学(10)
- 第11节：丝棋美学(11)
- 第12节：丝棋美学(12)
- 第13节：丝棋美学(13)
- 第14节：丝棋美学(14)
- 第15节：丝棋美学(15)
- 第16节：丝棋美学(16)
- 第17节：丝棋美学(17)
- 第18节：丝棋美学(18)
- 第19节：丝棋美学(19)
- 第20节：丝棋美学(20)
- 第21节：丝棋美学(21)
- 第22节：丝棋美学(22)
- 第23节：丝棋美学(23)
- 第24节：丝棋美学(24)
- 第25节：丝棋美学(25)
- 第26节：丝棋美学(26)
- 第27节：丝棋美学(27)
- 第28节：丝棋美学(28)
- 第29节：丝棋美学(29)
- 第30节：丝棋美学(30)

- 第31节：丝棋美学(31)
- 第32节：丝棋美学(32)
- 第33节：丝棋美学(33)
- 第34节：丝棋美学(34)
- 第35节：丝棋美学(35)
- 第36节：丝棋美学(36)
- 第37节：丝棋美学(37)
- 第38节：丝棋美学(38)
- 第39节：丝棋美学(39)
- 第40节：丝棋美学(40)
- 第41节：丝棋美学(41)

第1节：丝棋美学(1)

第2节：丝棋美学(2)

李静

听说丝棋老师跟见到有一些区别，我觉得女性的彩妆师一般比较热闹，而她看起来比较理性。

她给萧亚轩造型的电眼我之前听说过，因此多了一份好奇。

第一次录影，主题是眼妆，这正是丝棋的强项，她精湛的眼妆技巧和干净、精致的妆效是让她拥有众多明星名媛粉丝的一大原因！台上的她，选择工具，使用彩妆工具，边化妆边讲解，清洁彩妆工具，慢条斯理这就是她的节奏。最终的结果当然是惊艳全场。确是丝棋的风格，敏锐、细腻。

后来我发现我喜欢她因为她话不多，但绝不说云山雾罩的话，只有自信的人才会这样。重要的是她所教的很实用，不会打压让你颓到低点，然后再救你一把！她讲的东西超级有实用性，因为丝棋老师一眼就能看到你气质所在。

书中写到了一些关于她由学理工科到转变成一个彩妆师的种种经历。比起书中的彩妆技巧，她的文字更加吸引我。我一向认为，文如其人，丝棋的文字也像她一样，稳稳的，却很实际；并没有用繁华的修辞，但就是耐人寻味。

作为美的传播者，很高兴看到《彩妆维纳斯》在大陆出版，这个礼物对追求美的女性来说无疑是最好的馈赠。

也希望在《美丽俏佳人》节目中丝棋老师帮助更多的女性找到并发现自己的美丽。

蓝心湄

在尚未认识丝棋本人之前，只听说她曾与许多艺人合作。等到她来上我的节目，看见是一个年纪轻轻、似乎不到二十岁的小女生时，我一开始也不以为意。没想到她却有如此惊人的创意与彩妆技巧，不管是给自己化妆或是给别人化妆，随便几笔都可以造成很大的差异，让我很讶异。

丝棋是个很有个性的女生，尽管外表看起来很中性，但她对人的观察却是出人意料的细腻。她对脸部彩妆的颜色与线条、五官轮廓，甚至是服装方面的细节都有很独到的见解。有的时候来上节目，需要替从未合作过的艺人画出适合的彩妆，她总是能在短时间内做出精准的决定。把女生画得更漂亮、让她们更有自信，这就是她的天赋。

说起来，丝棋的技法并不花哨，她最擅长的就是用简单的颜色与线条，让平板而

第3节：丝棋美学(3)

没有线条的东方脸形，变得具有立体感。这样看似简单的东西，却是最容易被人忽略的。我认为，大家在看这本书的时候其实不用想太多，单纯地欣赏她的作品，然后认识简单技法里面可以变出的百种花样，就一定可以从中获得许多的美丽灵感。

黄薇

当我收到丝棋出的这本书《彩妆维纳斯：丝棋美学》时，我被书中名媛、专业人士、品牌人士及传媒的推荐吓到了，我从来没看过这么多人联名推荐而且写了序的书。通常一本书的作者找人写序时，这些写序的人一定是支持和肯定她的人，所以我想丝棋的为人及她的手艺已经不再需要我多加着墨了。

《彩妆维纳斯：丝棋美学》是一本很好的工具书，做了非常清楚的分类。通过丝棋长期实际工作累积出来的经验及窍门，她仔细地一步一步带领读者学习如何在自己的脸庞上创造出百变容貌。市面上有很多美容工具书，读者重视的其实就是它能不能达到清晰指导的作用，以及如何运用不同产品和化妆工具达到理想的效果。就排版及分类来看，《彩妆维纳斯：丝棋美学》达到了一本好的美容工具书的标准。

第4节：丝棋美学(4)

第5节：丝棋美学(5)

推荐序二

快速达到我想的

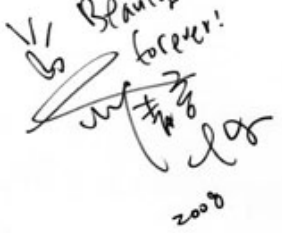
李蒨蓉

第一次请丝棋帮我化妆的时候，就觉得她是一个很特别的人！我平常对彩妆和皮肤保养还蛮有研究的，很多来帮我化妆的彩妆师一开始都会很紧张，但丝棋却可以气定神闲地完成她的工作，令我印象深刻。她的彩妆技法，果然也很厉害，像我的五官比较深邃立体，一不小心就会画得很艳丽，但她画出来的妆却总是清新亮眼，就算是画浓妆、烟熏眼也看起来特别干净。而且她的动作利落迅速、不拘小节，总是能快速达到我想要的效果，是一位沟通和执行能力很强的彩妆师。

在业界，丝棋的彩妆总是有很高的辨识度，原因在于她特别突出的眼妆。丝棋的手法是十分新式的，她不会使用打深眼窝、加深阴影的方式去创造立体感，那些手法很容易让彩妆变得脏浊；她不在眉骨的部分提高光感，却十分强调眼线与睫毛的线条，她特别喜欢使用拉长眼形的眼线，让女人有一对性感的猫眼。适度地舍弃一些传统之后，丝棋会创造出全新的局面。

好的彩妆师对彩妆的理解应该是全面的，她会把彩妆看做是整体造型的一部分，然后加以整合。还记得有一次我要赶赴一个公开场合，需要一个帅气的造型，临时请她帮我做发型，结果还真不错！可见她除了对脸部彩妆有着透彻的研究，关于造型方面的其他技巧，也颇有心得。

我跟丝棋在一起工作的时间很长，有空当儿的时候我们就会交换彩妆和皮肤保养方面的知识，从她身上我学了很多。现在丝棋要出书了，相信看完这本书的读者也一定会跟我一样，感觉受惠良多。对于喜欢时尚彩妆的读者来说，这绝对是一本不容错过的实用好书。



第6节：丝棋美学(6)

推荐序一

各大时尚杂志、品牌与知名艺人联合推荐

（依公司地域、英文字母及姓氏笔划排列）

嘉人 Marie Claire 执行副主编兼美容总监 张弛

丝棋是我所认识的顶级造型师中，个性最恬淡低调的一个。难得在那个光怪陆离的圈子，保持清凉如风的处世之姿。她是大家口中的“名媛造型师”，因为她是众名门淑女最推崇、最信任的造型师，也因为她自己本身就是那样优雅、温婉、睿智而内敛，且是天生的审美奇才。她手中的笔刷更被赋予神奇魔力，让平凡的人变得生动夺目，让不平凡的人变得熠熠生辉。她似乎不能容忍妆容有一丝瑕疵，同时力图用平和的方式表现美的爆发力，让人过目不忘。现在，她把她的美之心机倾囊而出，各位还在等什么？快来学习如何让自己发光的秘诀！

嘉人 Marie Claire 嘉人美容编辑 小满

身为明星化妆师，丝棋却一点架子都没有，在她身上可以见到业界少有的最朴实真诚的一面。天蝎座的她，在工作时就是一个不折不扣的天蝎女，冷静沉着，做事认真有条理。丝棋真的是一个很迷人的人，不仅因为她超凡的化妆手艺和那些清新脱俗的作品，还有隐藏在那娇小身躯之下的强大力量，相信各位在看完《彩妆维纳斯》这本书后就会理解，也希望大家都能和我一样支持一位这样集善良、美丽于一身的超级才女。

今日风采 Oggi 资深美容编辑 张丽媛

对丝棋的第一印象是：她是模特还是化妆师？看了她的作品后，更是惊叹于她的丰富创造力和娴熟技巧。如果说彩妆是能够令人瞬间变美的魔法，丝棋无疑就是懂得施展这些魔力的高段魔法师，她总能精准地捕捉流行，轻易延展你最美的一面。丝棋的这本彩妆书，不仅详尽讲解了彩妆的各个步骤，对于不同的脸形和特质也给出了对应的化妆技巧，只要对号入座了解自己的特点，你也能够成为自己的专属化妆师！

瑞丽·伊人风尚 Rayli Her Style 执行主编 安静

虽然在 2009 年 7 月才开始与丝棋取得联系，但是此前几年我便与她神交了。已

第7节：丝棋美学(7)

经忘记在哪本杂志上第一次看到“游丝棋”这个名字了，却仍然记得第一次看到丝棋照片时的感受——气质如此知性优雅，而且，眉目神情竟与曾经多次登上《瑞丽·伊人风尚》封面的日剧女王伊东美咲有几分相似，这让我不得不印象深刻！

无论台湾地区版本的各大国际期刊，还是知名度 No.1 的明星、名媛出镜，看到最优雅、最得体的妆容作品，我们总试图寻找其创作者，往往就会发现丝棋的名字。“一直很欣赏丝棋的化妆手法，很实用，很自然，而且很能让人在无形之中变漂亮”——这是一个美容品牌经理的评价，其实，这种化妆手法也深得我心。

除了才华与敏锐，丝棋作为一名彩妆师，令人尊敬的还有她认真、耐心、执著、是大牌却不耍大牌等诸多敬业精神，这是难能可贵的，也是你在阅读、在运用这本书时能够感受到的。

悦己 Self 资深美容编辑 范亚雯

第一次和她面对面，我就发现，她是个内心很静，外表也不假装热情的“冷静派”。在躁动的时尚圈，她显得独特而又魅力十足。回想起来，从去年 12 月，她接受《悦己 Self》专访分享美妆心得，到此后定期撰写专栏《Beauty Blog》，再到来京主讲“风格塑造”的课程，她总是表现出对美出色的感应力，她倡导的精致妆容非常适合运用到每日生活中。

Bazaar 哈泼时尚国际中文版（台湾）

总编辑 卢淑芬

化妆师真是辛苦也精彩的工作。

在我的工作经验里，十多年之间，曾经跟无数的化妆师合作，一直觉得很神奇，他们不但要在四五十分钟，甚至更长的时间里，画出一个以色彩与线条组合起来的完整彩妆，手必须一直举着，可能还半弯着腰，这其实需要运动员般的惊人体力！ 而且他们面对的不是一张画布，而是每次情绪、个性不同的人，条件、状况都不同的一张脸。而妆必须与五官完美结合，这除了挑战技术的稳定度之外，更挑战着他们准确的临场反应。

成为一个成功的化妆师的条件，其实跟成为音乐界的顶尖天王天后是一样的，除

第8节：丝棋美学(8)

了艺术天分跟技法，还要有过人的体力与毅力。只是他们拥有的舞台不同！

恭喜丝棋，为自己找到另一个舞台，出版了这本精彩的彩妆书，这个舞台绝对会让你的彩妆功力更加发光发热！

资深美容编辑 黄筱婷

丝棋是我认识的化妆师中最漂亮的一个！我这样夸赞她，是因为，身为化妆师，她不但能洞悉自己的美，更能清楚客观地从旁帮助每一位模特儿、艺人提升美丽，“隐藏弱点，强化优点”，这是我在丝棋认真化妆时的发现，好学的她，无论何时何地，都会认真地寻找灵感，特别是在创意的部分，每一次的突破，她比任何人都在乎。于是，我们的合作更能在杂志上激荡出美丽的火花，也更容易彼此培育出良好的默契；与其夸赞她拥有超高的化妆技术，我想，不如说，她是整个时尚的敏锐洞悉者、美的创造者。对于这本全新的彩妆书，我想，推荐你读，你会更了解自己的美丽，强化自己的美点。

Beauty 大美人杂志（台湾）

副总编辑 翁俪芳

名媛为什么指定非要她化妆不可？

某一天，我在观察丝棋化妆时，发现她用“一指神工”。一指神工，指的是用她右手的几根手指，像变魔术，蘸起眼影，然后轻轻推开，重复几个动作，便神奇地把天生条件有好有坏的素颜，都变成了美女。

丝棋工作时，话不多，表情几近严肃。我知道她其实在思考……口红配粉红还是裸色好？腮红再调整一下是否会更好？或者……最初几次工作时，我被她的样子吓坏过不只一次。

因为名媛，我们变得经常合作。

名媛为什么指定非要她化妆不可？

我猜想是丝棋总能精确掌握每个人的特色，留住优点，酌量使用彩妆，用最优秀的技巧，把名媛变得亮眼又不失真。

迷信浓妆，迷人和吓人一线之隔；偏好不费事的素颜，浪费了当女人的乐趣。

化妆该掌握的“道”和“点”，丝棋最清楚技巧在哪里。

第9节：丝棋美学(9)

《彩妆维纳斯：丝棋美学》从化妆基础开始，按部就班，学会她的私房技巧，化妆更加游刃有余。

主编 林怡君

今年是美好的一年！

她很漂亮，她很干净，她很有型，她很有色彩，她让我想起在梦中见到的那个人！

Where is she？

就躲藏在正在看这本书的你的心中！

跟丝棋认识，起因于一个国外记者会，我从未看过这么有品位、有质感的化妆师，永远简单的打扮，却格外有型；永远干净的脸蛋，却都给了重点，这不只是因为她是彩妆师，同时也因为她有极棒的 beauty sense。

我幻想可以成为她每次笔刷下的人，我也相信她可以给我最多最完美的东西，有了这本书，一切可能性都会变得无限大！

喜欢丝棋，也相信丝棋，今年因为你而变美了！

CITTA bella 侬侬杂志（台湾） 总编辑 吕安缇

尽管，丝棋曾多次担任侬侬美妆大赏评审，协助美容专题的进行，但过去的我，其实是通过自家杂志才知道有这么一位专业的彩妆师。

真正深入认识她，则是去年十一月初，为了十二月号封面的拍摄工作，特别邀请她为封面明星张韶涵化妆。虽是初次合作，但从一开始沟通画面，到完成整体妆感，每一个步骤她都是细细描绘。甚至在拍摄中，她更是站在一旁紧盯电脑屏幕观看拍摄效果，并时时提出专业建议，敬业的程度令人难忘。

丝棋的认真、专业，尤其是对整体美感的要求，都给我留下深刻印象。很高兴丝棋在入行十年后，终于决定推出自己的彩妆书，相信以她的专业，本书势将让所有爱美的女性都能从中学得更精湛的彩妆技巧。

Cosmopolitan 柯梦波丹国际中文版（台湾） 美容主编 黄婉婷

丝棋每一次的创作，都像一道令人期待的法式料理，它会有故事、有铺陈、有香料，

第10节：丝棋美学(10)

第11节：丝棋美学(11)

推荐序三

色彩世界的梦游者

孙芸芸

曾经在杂志的拍摄现场认识丝棋，因为喜欢丝棋的化妆风格，后来就自己打电话给她，请她帮我化妆。丝棋的妆很干净，我最喜欢她的眼部彩妆，尤其是眼线的部分几乎完美！如果有朋友需要找专业彩妆师帮忙，我一定推荐丝棋给她们。

丝棋很好沟通，很了解什么是适合我的，不用花太多时间确认，就能很精准地呈现我想要的风格。我喜欢自然的妆，而丝棋的底妆几乎不上什么颜色，很干净。眼妆的部分很重要，丝棋的眼妆很棒，化妆后整个眼神都出来了。很想把丝棋放在包包里，带着到处走，可惜装不下！

丝棋在台上看起来酷酷的，但私底下却是个可爱的人。不化妆的时候，她常常会处于发呆放空的状态，话不多，看起来好像是睡着的样子，但我猜她应该是在色彩的世界里梦游，寻找下一个灵感吧！而她不管怎么累，只要一开始化妆就表现得非常专业，这是我最欣赏她的地方。

我心目中理想的彩妆师就该像丝棋这样，她不但为彩妆界创造了各式令人屏息的作品，也为她所服务的每一个人留下美丽的记忆，如果台湾的彩妆界没有丝棋，应该会很可怕吧！

很高兴丝棋终于出书了，祝福她，也祝这本新书大卖！

孙芸芸

第12节：丝棋美学(12)

第13节：丝棋美学(13)

推荐序五

征服

萧亚轩

记得第一次见面时，感觉这个女生，静静的、有点羞怯，微笑起来似如邻家女孩般甜美。

在彼此轻轻地微笑问候之后，她拿起她最擅长的工具开始了，在那瞬间感觉变了，镜中的 Elva 变美了，同时，她也被游丝棋征服了。

第14节：丝棋美学(14)

第15节：丝棋美学(15)

推荐序四

流行时尚风向标

张韶涵

丝棋要出书了！哇！好棒哦！

和丝棋合作两年多，让我见识到她这位彩妆大师的功力，真不是盖的！真可谓流行时尚的风向标！

她的妆，我真的很喜欢，干净、清透、有型。尤其她无与伦比的眼妆功力，每次都能配合整体服装造型，让人眼前一亮。新专辑中的精灵女神妆，既时尚又高科技，我真的很喜欢！

合作两年多，我们共同设计了好多造型！也一起共同经历了大大小小的场合时刻，包括今年的跨年都是在车上一起度过的……这表示——新的一年，我们要继续彩妆合作了！

大师要出书，真的可喜可贺！只想告诉丝棋……Born to be a makeup artist……

Wish you the very best in the future……继续把丝棋式的妆功，发挥在每一位美丽的女生身上吧！真的好棒！ 真的好期待！

第16节：丝棋美学(16)

Preface

时尚在亚洲蔓延，我有幸目睹并参与这个辉煌的时代，多少先进、前辈为“彩妆”这个领域，培根播种，终于在今日，化育成熟，精彩丰富。

当然，每个人对美学、专业、技巧的判断见解都不同，一路走来跌跌撞撞的自己，倒不敢板起脸孔，一本正经自以为是地说教，只是希望自己依旧是个二十郎当岁儿的怀抱着梦想的热情少女，把自己一点点的个人经验整合，作为新进者蓄势待发的起点，提供当代彩妆更完整、更宽广的可能性。让年轻人无须体验常人难以超越的艰苦，以书中的经验脱胎换骨，激发生命智慧的潜能。

出这本书，我并不取法艰深字汇、复杂步骤，以图例为镜，盼能言之成理，直指精髓核心。彩妆的目的不仅仅在于顺应肌理，屈服于体态，模仿自然，更在于体现时尚的理想美。

所谓时尚的理想美，即必须具备单纯的细节、普遍的接受性，必须拒绝一切的奇技淫巧的诱惑，要兼具个性美、造型美、特殊美、自然美，以及最重要的灵魂美。

创造时尚理想美的彩妆师，勿画地自限，要兼学百艺，不仅要彻底服膺纯粹的造型美术，更必须精研人体解剖学、彩妆工艺学，演化自己的时尚哲学，尊重被造型者本身，将种种明暗、光影与颜色之铺陈，真实联结被造型者，表现出形而上的现实美。

彩妆师的表现主义，更要有客观性的现实，我们的眼睛、我们的手触，必须较整形医师毫不逊色。不能因极端地追求视觉的唯物，而失去了人的主体性，追求瞬间的把握所创造出来的动态美及永恒美，将美学诠释为色彩的境界。

彩妆只是一种手段，在极平常中带来创造，在客观中演化主观，乃至人我两忘的具象灵域。彩妆师的技巧，不能只以创造绘画艺术为目的，因为脱离创作的主体便没有彩妆的存在。彩妆的使命，由技巧来达成，却不能仅限于技巧，须捕捉造物主的任意与偶然，努力在有限中表现出极限的创造。

彩妆师必须有扎实的基础功及美学气魄，有一种无法撼动的平静，否则如何运笔果决自信，如凌空一剑？彩妆师并不曾像资讯业者追求倍数的技术升级，彩妆师们不仅承认传统的技巧手艺，尊重自然，有时为了追求构造的极简，也取法器械与化工的机能美，抓住一切有助于整体构成的表现。

彩妆师汲汲营营于文学、艺术、哲学、科学各领域，吸取养分，开拓视野，自由解放人生的爱、想象、灵感、梦与诗。现实的彩妆不可能持久，却足以让活跃的生命出现清晰的轮廓。

我，游丝棋，一个幸福的彩妆师，谨以此书，赞颂美学的维纳斯，使地球的灵性舒活，人间所见自然盈满天地的恩典……因为她一直以光明与愉悦，坚定地温暖我的心。

第17节：丝棋美学(17)

第18节：丝棋美学(18)

底妆工具

01 化妆海绵

化妆海绵在材质上分天然的与人造的两种；外形上分圆形、三角形、菱形、五角形，我个人较为推荐的是有厚度、毛孔细并富有弹性的海绵，常用的属圆形及五角形居多，圆形利于大面积推匀粉底，而五角形海绵利于脸部细部的涂抹，例如嘴角、眼角、鼻翼处，打出来的粉底会比较服帖且细致。

化妆海绵每次使用完记得要做清洗，粉底及油脂累积在海绵里，易造成细菌滋生。

02 粉底刷

粉底刷为合成纤维材质，有利于将粉底刷匀透，可以大面积上妆，涂粉底比较快。粉底刷还有一项优点是较能保留住粉底的水分，使用的量也能妥善控制。

使用诀窍

无论是使用海绵或是粉底刷，薄透的用量，才能创造出无瑕亮泽的肤质。

03 蜜粉刷

在挑选蜜粉刷时，最好选用一支材质佳的天然毛质刷，才不至于对皮肤造成伤害。

使用诀窍

蘸取适量，让蜜粉能均匀附着于刷毛上，呈打螺旋状轻扫全脸，让蜜粉不只定妆，更能借由此动作使蜜粉和粉底能自然融合，呈现出光泽。

04 遮瑕刷

通常遮瑕刷的尺寸有中型及小型的，呈扁平或笔状，方便用于小范围，如眼周、局部斑点、痘痘的遮瑕。

05 蜜粉扑

绒布：在蘸取蜜粉时，蜜粉容易附着在粉扑上，可以使粉底和蜜粉的服帖性更好。

布面：用量较为扎实，须注意控制用量，以免造成底妆不均匀的情况。

第19节：丝棋美学(19)

彩度

以下这个图又可以代表彩度。

彩度就代表色彩的饱和程度，越往左边的色彩饱和度越高，任何的颜色只要加入其他颜色，就会降低色彩饱和度，可将此原理运用在口红颜色的调配上，口红颜色若过于鲜艳，可加入其他颜色来降低其彩度。

色彩自我判断：冷或暖

色彩有千百种，可简单地分成冷色调与暖色调，这种颜色判断方法可以让我们更清楚简单地找出一个方向轮廓来，刚开始接触色彩概念的人会比较容易掌握。

选择适合的颜色要考虑的基本要素，包括肤色、发色、眼珠的颜色、嘴唇的颜色、脸颊的颜色、五官、轮廓等等，做一番比对后，试着找出自己的颜色属性。

测试颜色的注意事项

01 **光线：**在自然光，也就是阳光照射到的地方或窗边来测试，关掉一切电灯、日光灯等人造光源，让光源由前面均匀地照射过来。

02 **卸妆：**最好在卸完妆后来测试，像口红、粉底、腮红、眼影，只要是彩妆，都卸除后再来测试，而化妆水、保养品等虽无颜色，但用太多也会造成反光，影响测试结果，测试时，胸口、脖子、手掌、手臂的颜色都需列入参考，刚晒过变黑或发红的皮肤，也会影响判断。

03 **发色：**把头发梳理整齐收好，如果染过发，可以用纯白浴巾或不透明浴帽包住，可以由发根或是眉毛的颜色来判断发色。

第20节：丝棋美学(20)

04 **服装：**尽量穿着素面浅色，如白、灰、米色等，避免穿高领衣和覆盖太多皮肤的衣服来测试。

05 **客观：**自己喜好的颜色并不见得是适合自己的颜色，保持客观，也可参考其他人的意见。

准备

准备一面至少可以照到胸部的大镜子，并准备好暖色及冷色的色布（以不透明为主），大小约可覆盖至胸下或上半身以上的范围，可以用衣服取代，以素面单色为主，这样较易判断。

自我检视法

01 面向光线，将色布置于胸前，从肩部以下全部覆盖，让光线反射出色布对脸部线条的影响。每一组以冷暖色调交替，但颜色明度、彩度一致。来回测试，眼睛只看脸部，集中精神观察脸部、眼下、鼻周的阴影变化，看是否呈现线条加重生硬感，抑或柔和明亮的印象，专注看十秒左右，并记住当时的变化，记录下来。至少测试不同的五六组颜色以上，请亲友陪同观察、讨论，别找太主观的人，才会有准确的结论。

02 测试过后把让脸色看起来明亮、阴影柔和，像画过妆的颜色挑出来，彩度不同没关系，只要能明亮统一肤色即可，选出后看看是冷色调居多，还是暖色调居多，作为参考。

03 **瞳孔的颜色对比**

暖色调：瞳孔周围是明亮偏黄的茶色或深茶色。

冷色调：瞳孔周围是偏红的茶色、黑或偏蓝的灰色。

04 **唇色和脸颊的颜色**

暖色调：呈现粉橘色、红棕色，像鲑鱼的颜色。

冷色调：粉红色、偏紫的粉红、樱桃色粉红、酒红色都属于冷色调。

05 **肤色**

暖色调：带黄感的肤色。（参考右页下方肤色色卡来判断。）

冷色调：带红感的肤色。（参考左页下方肤色色卡来判断。）

综合以上测试，可以统计出比例较高的色调属性，对于日后不论是彩妆用色，还是服饰选色都是极佳的依据，这样可以减少出门挑选衣服的时间，也可以正确选择粉底及彩妆的颜色，让自己每天看起来更加立体、更有活力，避免因长时间使用不正确的颜色而使肤色显得暗沉。

第21节：丝棋美学(21)

发掘属于自己的美

从事彩妆教学后，我发现一件事：大部分的人都没有仔细观察过自己的脸。当化妆镜周围的灯光一亮，许多人纷纷撇过脸来，不敢看镜中未上妆的自己，有人甚至惊呼一声："好像照妖镜，什么瑕疵都现形了！"

美不只是外表的赏心悦目，还要有自己的想法，而想法的产生，从观察自己开始。仔细观察镜子中的自己，不能只着眼于"不好的部位"，许多女性总是感觉自己不够好，因为她们喜欢拿自己与杂志上的明星、模特儿比较，所以会嫌自己的脸不够小、眼睛不够大、鼻子不够挺、嘴唇不够翘。当你一心只是想变得和别人一样时，就会开始模仿，但因为太执著于负面特质，模仿变成"一相情愿"，就非但呈现不出美丽容貌，还会变得有些不伦不类。

彩妆的确可以改变容貌，但只有适合自己的彩妆，才会让自己变得美丽。要找出适合的彩妆，首先要多花一点时间观察自己。

注视镜子中的自己，你看见了什么？
自己最美的地方在哪里？
最需要凸显的地方在哪里？
五官比例如何？
属于何种肤质？
哪个部位比较干？哪个部位容易出油？
肤色偏白、偏黄还是偏黑？肤色均匀吗？
脸形如何？
轮廓线清楚吗？
眉毛是什么样的形状？
鼻子是什么样的形状？
嘴巴是什么样的形状？
最需要修饰的地方在哪里？
最后，要问自己一个很重要的问题：为什么要化妆？如何化妆？

一一找出这些问题的答案，是化妆的第一步。要特别注意的是，这些脸部的"信息"也是日新月异的哦！我们的肌肤是身、心、灵的综合指标，每日的肌肤状况变化万千，天气的改变、工作压力、自己的心情、女性每个月的"好朋友"造访，或者正在尝试新的保养品等等，都可能让自己的肌肤产生不同的问题。甚至在同一天，早上和下午的状况、要遮饰的瑕疵都会不一样。因此，每次在上妆前，都要先花一点时间观察自己。

接着，才是开始选择化妆品与学习化妆技法。这个阶段，我能给的建议就是"勤能补拙，熟能生巧"。爱漂亮，就不能偷懒，多尝试、多比较、多练习，才能找出"对的化妆法"，也就是最适合自己的化妆法。

彩妆技法不像数学公式，有一定的逻辑规则，也不是每个步骤都要循规蹈矩，缺一不可。事实上，彩妆教学只是提供一个大原则、大方向，实际上妆时，则是要优先考量个人的需求，步骤可以弹性调整，自行简化或强化。

例如本身肤质好、没什么瑕疵的人，就可以省略粉底步骤，直接上蜜粉；不喜欢赶流行、强调个性化的人，可以只画眼线，不涂眼影；若是本身就是炯炯有神的大眼睛，可以只夹睫毛，不上睫毛膏，就会很有型！

发掘属于自己的美，首先要能打心底里接纳自己、珍爱自己。对任何人而言，自信都是一种无须争辩的美。美丽不只是"为悦己者容"，更要能取悦自己，拥有美的态度、想法，在上妆一瞬间就会有盈盈的幸福感，这就是最有魅力、最光彩照人的妆容。

第22节：丝棋美学(22)

04 **紫色系** 可修饰蜡黄肤色、两边鼻翼外侧和唇角等容易暗沉处，使肤色亮丽。使用量不宜过多，以免导致妆容不自然。

05 **蓝色系** 提升肌肤明亮、透明感，利于修饰泛红皮肤，在T字区、两颊可加强修饰。

06 **粉红色系** 增加好气色，修饰双颊为主，营造粉嫩光彩。

07 **白色系** 打造立体效果，如果想让脸比较立体，或者画出小脸妆，可以用白色的饰底乳在重点处打底，如T字部位的额头、鼻梁、下巴，希望眼神清澈也可用在眼周。

08 **珠光饰底乳** 可以让肌肤从底层透出微微光泽，显现自然美肌，让五官看起来更立体。

粉底

由于东方人的基本肤色偏黄，并非特别白晰，因此选择与肤色接近的粉底颜色与适用的蜜粉，才不至于突兀。至于如何选择让妆容看起来自然的产品，应将个人的原本肤色、肤质及使用场合等因素一并考虑在内，才能达到最完美的效果。下面几项分析介绍，相信能让你在使用底妆产品时，更加得心应手。

粉底种类

01 **露状粉底：**含水量非常高。有的品牌直接添加化妆水，使得皮肤更加透亮，适合肤质佳的人。

02 **液状粉底：**含水量高，可以呈现自然透明的肤色，几乎任何肤质都可以使用，可以让底妆达到自然薄透的妆效，可依照肤质选择适合自己肌肤状况的产品。

03 **霜状粉底：**油脂成分较高，具有遮瑕与滋润功效，中性与干性皮肤适用。建议在使用时，先用手指推匀，再以海绵点压式按压，让粉底与肌肤更加密合。

04 **粉状粉底：**将粉压缩成饼状，分为干湿两用的粉饼及蜜粉饼。饼状粉底方便出门携带补妆使用，两用粉饼可以直接使用，或用沾湿的海绵来上妆，上妆快速方便，也可让妆效更耐汗，用量过多时会产生厚重感，失去脸部的立体感，建议少量多次用在需要加强的地方。补妆时先将脸上的油脂与汗水清除，再进行补妆。

第23节：丝棋美学(23)

05 **条状粉底**：就是粉条，在粉底产品中算是持久性、遮瑕作用很好的底妆产品。传统的粉条妆感较为厚重，质地也偏油，随着彩妆品的制作技术的进步，新式的粉条延展性佳，呈现较薄透的妆感，可在脸上轻轻划过，再用海绵推匀。若不希望妆感太厚重，局部使用就可以达到自然妆的效果。

06 **盖斑膏**：含水量比较少的遮瑕作用强，含水量高的遮瑕力较低，固态的遮瑕膏遮瑕效果较好，分做不同颜色来修饰。绿色可以修饰泛红与痘痘，因为浓度高，所以在技巧上要特别注意，可控制用量来做出一个自然的妆效。

粉底选色技巧

首先要观察自己的肤色是属于冷色调还是暖色调，是偏白还是健康的小麦色，找到适合自己的粉底颜色可使皮肤看起来更加明亮。

挑选粉底时可以参考脖子的肤色，很多人都偏重于脸部保养，脸部的肤色会较脖子白一至两个色号，此时若以脸部肤色为主选择粉底颜色，就会产生戴上白面具的感觉，与脖子肤色无法连接。用过深或是过浅的颜色都会让妆容看起来不够自然，这时就算底妆上得不算厚，也会产生厚粉的视觉效果。

选择粉底颜色最简单的方法就是将不同颜色的粉底直接涂抹于脸颊，并观察与原肤色的融合性，切勿只涂在手背上就往脸上比，那样通常会有很大的差异。

一年四季中肤质和皮肤状况都在改变，夏季皮肤容易出油，建议在夏季，选用粉雾质感或是持妆效果较强的粉底；冬天皮肤会变得比较干燥、肤色变白，建议选用有保湿效果的粉底，增加皮肤的滋润度。

粉底应保存在干燥处，避免阳光照射而让粉底变质。一般粉底产品的保存期限约三至五年，但如果气候潮湿，粉底寿命会略微缩短。罐装粉底在每次取用时尽量以挖棒取出，不以手指直接接触，这样可增加粉底的保鲜期。

粉底用法

上粉底时一定要选择光线充足的地方，最好是在有自然光源的地方，在室内以黄白相间的光源为佳。

手指指腹是上粉底的最佳工具之一，由于手指有体温可让粉底苏醒，使粉底液延展性更佳。使用海绵上妆则可让粉底均匀附着在皮肤上，但海绵容易吸取过多粉底，导致粉底用量变大。用手指上妆便可减少粉底用量。不过须注意，用手指上妆容易产生手指纹路，建议用手指上妆后，再用海绵以轻弹点按方式，使粉底均匀薄透，与皮肤密切贴合。海绵每次用完一定要清洗，否则容易堆积油脂，产生细菌。用脏的海绵来上底妆，容易使肌肤发炎、过敏。

建议不要在上妆前使用凝胶状保养品，推匀粉底的动作会因增加对皮肤的摩擦力而产生脱屑。当脱屑现象过于严重时，建议先将粉底卸除，并以化妆水清除凝胶，之后再重新上妆，才会创造出薄透的效果。

粉底的用量以眼睛下方三角区块用量最多。上粉底可用分区的方式，自眼下三角区推匀至两颊，再上鼻梁、下巴、额头等部位的粉底。不要一次蘸过多粉底在脸上，否则容易造成一个不自然的厚粉妆容。

上粉底的方向需与皮肤生长纹理相合，才能对填平粗大毛孔及皮肤凹洞有所帮助。而发际线处则应由内往外推匀，而不是横向涂抹。注意脸颊、发际交会处与颈部是否自然而没有色差，以自然修饰肤色为最高原则。

眼周部分是全脸最脆弱的地方，应先修饰黑眼圈，再在需要遮瑕的部分轻点上遮瑕膏，接着在鼻翼、发际、眼角、嘴角等小范围处局部修饰。眼角等不易用手指上妆的部位，可利用小型遮瑕刷、海绵等工具补强。

容易出油的肤质可在妆前局部使用控油产品，这会让妆效更好。不一定要全脸打上粉底，尤其是嘴唇四周、上下眼皮、双颊轮廓及易出油的T字部位，均应避免涂抹过厚的粉底。可选择加强局部的方式，利用明采笔加强T字部位的亮度，创造脸部的立体感。

第24节：丝棋美学(24)

01 眼线笔画上眼线

翻开眼皮，利用点连成线的小刻度方式，将眼线埋入睫毛空隙处，可先从眼中开始下笔，再延伸到眼尾，最后才画至眼头。

02 补满内眼线

内眼睑一定要补满眼线，制造眼睛与睫毛一体成形的效果，若是单眼皮或有眼袋，为避免沾染，可省略这个补内眼线的动作。

03 眼线胶画上眼线

利用眼线胶延展性高的特性，增加线条的流畅度。

04 决定眼形

平视镜子，定出眼形，如果想让眼形看起来较长，将眼尾的线条往上提拉约 3 毫米后再慢慢提笔收细。相反，若想让眼形看起来较圆，则可将瞳孔上方的眼线加粗，制造圆眼的效果。

05 画下眼线

下眼尾只要画 1/3 即可，整个下眼线若画满，眼神会显得太锐利。

06 眼尾三角区填满

将眼尾侧边与上眼线连接，上下眼线的三角交接处填满，可使眼神明亮有朝气。

第25节：丝棋美学(25)

华丽妩媚的
拉长型眼线

时而妩媚时而纯真，眼线或高或低，展现出女人万种风情。如果你已经对画眼线非常拿手，那就可以进阶学学如何利用眼线创造不同感觉。

一般眼线可以增加眼睛的深邃感，稍微将眼尾拉长，还有修饰眼形和脸形的效果。想要呈现性感猫眼，就可以描绘上下眼线、眼尾往后上扬些，营造出聪慧灵巧的感觉，同时也可以改变眼睛较下垂的窘境；若是想要拥有无辜的眼神，则可以将亮片眼线液在瞳孔下方的下眼睑处加强；想打造朋克摇滚式的个性眼妆，就可以将眼尾拉得较长，对于眼睛过于细小的人，这样画也有很棒的放大作用。

不同形态的眼睛，眼线也有不同的画法。如果你是个小眼睛，眼线可画得宽且粗。如果是大眼睛，则上、下眼线可以画得细一点。两眼距离较远时，画眼线时要加强眼头，稍微向下弯，眼尾线宜短些。两眼距离较近时，眼线要从眼皮的前 1/5 处开始画，前细后宽。

第26节：丝棋美学(26)

你可以用这些

01 珠光笔

可以用来打亮眼头，会让整个眼睛看起来更立体。

02 白色眼线笔

可以加强在下眼睑内，轻轻画上一条，或是在眼头的部分加强，让眼睛看起来更大、更明亮。

03 眼线膏

眼线膏有着眼线笔柔软好晕、眼线液饱满持久的特性，是许多专业彩妆师的最爱，是这几季的人气眼妆单品。

01 SONIA RYKIEL 冷焰眼线胶
02 MAC 快捷眼线液
03 SHU UEMURA 纤长防水睫毛膏
04 CLARINS 金丝凡尔赛细致眼线液
05 BOBBI BROWN 流云眼线胶
06 KRYOLAN 眼（唇）线笔

魔法 tips

01 利用笔刷，从鼻翼、外眼角到眉毛的连接线，就可以确定画拉长眼线的基本范围。
02 可以利用将上眼皮稍微往斜上方提拉的方式，将眼线慢慢往眼尾拉长，就能画出自然柔顺的线条。
03 可在眼尾稍微加粗，会让眼尾的线条感觉更明显。不过建议从细到粗慢慢描绘，才不会一下就下手太重，或者使用眼线刷将眼尾线条柔和晕开也是一种方法。

第27节：丝棋美学(27)

01 眼线液画轮廓

用眼线液勾勒出有层次的上扬眼线，眼尾以提拉收笔的方式结束。

02 用眼线笔描绘下眼线

如果用眼线液来描绘下眼线，会使眼神过于锐利，所以我们利用眼线笔可晕染的特性，来勾勒下眼线的部分。

03 画假眼头

想要制造如猫眼的神秘眼神，可尝试将上下眼头拉尖连接，使双眼距离拉近，眼形立即增加深邃立体度。

第28节：丝棋美学(28)

若是购得的粉底产品过厚，可用乳液或是较为薄透的粉底调合均匀再上妆，创造轻薄的底妆。以往有些人会排斥使用粉条，生怕用粉条上妆会产生厚重的妆感，但现今制造粉条的技术已大为进步，粉条中也添加了许多保湿因子，所以现在使用粉条上妆不会有厚重感。

脱皮的肌肤，在上完粉底后，若粉底中的粉末吸收了皮肤表层的水分和油脂，加上上粉底时的推拉动作牵动皮肤角质层，就会出现脱皮现象。发现皮肤有可能会脱皮，最好先在妆前做好完整保养准备，为皮肤补充水分，使用强效保湿液或面膜，减缓脸上脱皮现象再来上妆。如需急救时，用修护型保养品厚敷在脱皮处，五到十分钟后擦拭掉多余的保养品，并用海绵、夹子清除局部皮屑再重上粉底。没有好的肤质，很难创造出完美的妆效。皮肤很干燥的人，切记不要用含水量少的底妆产品上妆，避免选用像粉条、粉饼之类的产品或以过多蜜粉定妆。

有脱皮的地方，在上妆时建议不要用海绵拉扯皮肤，以免让脱皮更加严重。两颊毛孔粗大时，先用收敛型保养品，上妆前再用修饰毛孔产品，将肌肤处理至平整平滑状态再上妆。当有黑眼圈、眼袋，使用保养品跟按摩手法让黑眼圈不明显，妆前使用特殊颜色遮瑕膏来遮瑕，或是调和遮瑕膏与粉底一起进行遮瑕。眼周处若有细纹则先用眼膜，化妆前涂一层修护保湿力强的眼霜，或是将眼霜与粉底调和使用，让肤色均匀，并有滋润效果。

唇周暗沉时，可在唇周色素容易沉淀处，以粉底或是少量遮瑕膏修饰，使肤色均匀，借此修饰唇形。当鼻翼泛红时，用些微绿色系遮瑕膏，运用色彩互补原理来遮瑕，修饰泛红处。

蜜粉选购技巧

想画好一个自然底妆，蜜粉的颜色选择错误，就会影响最后所呈现的妆效，所以要依照自己的肤色选择适合的蜜粉。选择粉质细腻、透明感强的蜜粉，现在有很多加了珠光的新形态蜜粉出现，利用光线反射的效果，可以让细纹、毛孔、法令纹在视觉上产生平整的妆效。此时珠光蜜粉的细腻度就相当重要，过大的珠光颗粒容易造成华丽的妆感，建议在日常生活中选用细微的珠光来创造无瑕的妆容。珠光混合油脂容易让底妆看起来糊糊脏脏的，油性肤质不建议使用过多。松粉状蜜粉，通常是在家时使用，在外补妆则建议使用携带方便的压缩蜜粉饼或是粉饼。

蜜粉用法

蜜粉的用量，取决于自己的肤质与肤况：油性肌肤的人，可选择粉雾质感的蜜粉，蜜粉用量可以多一点；干性肌肤的人，在用量上就可稍稍减少，可用大支蜜粉刷蘸取适当粉量全脸刷匀，达到基础定妆效果即可。过量的蜜粉会使得皮肤更加干燥，且容易出现卡粉的现象。

使用大支蜜粉刷定妆时，可先在面巾纸上调整蜜粉用量，以确保蜜粉刷上的粉量分布均匀。粉扑也是定妆常使用的工具。蘸取蜜粉后可将粉扑对折搓揉，使蜜粉均匀分布在粉扑上，再以点按方式上妆。不管是使用蜜粉刷或粉扑，工具上的蜜粉量一定要足够且均匀，否则容易粘粉底，导致底妆不均匀，产生一块一块的花纹及黏腻感。也不一定要用蜜粉全脸定妆，视个人肤况而定，可以只在眼周或是局部有上遮瑕膏的部分轻压蜜粉定妆，其余部分以蜜粉刷带过即可。日常生活的基础淡妆在上完隔离霜、修饰乳等产品后，于局部重点遮瑕，不需要上粉底，扫过一层蜜粉即可呈现裸妆妆感，最后再加上些微的眼影、睫毛膏、腮红、唇彩即可。特别加重眼妆的人，必须加强眼周的蜜粉定妆，让眼下区域的定妆效果更加扎实，之后的眼妆若是掉落少许眼影粉，也不至于破坏底妆的干净度。使用蜜粉定妆后，若觉得底妆不够轻透自然服帖时，可使用保湿喷雾均匀地喷在脸上，吸收过后，底妆将呈现透明感。

第29节：丝棋美学(29)

第30节：丝棋美学(30)

瘦小脸按摩法

01 挤乳液

挤出约一元硬币大小的分量，将乳液用指腹温热后，均匀地涂在脸上。

02 按摩

以鼻翼为起点，运用指腹力量以螺旋状的打圆圈方式按摩至太阳穴，并在脸部穴道稍用力，以指腹垂直往下轻压 2 厘米，重复下压、放松各三次，促进代谢。

03 向上拉提

顺着肌肉生长方向，将脸颊以 45 度斜拨提拉，再经过耳中并点压穴道，顺势带到下巴，帮助脸部迅速消除水肿，达到收紧脸部轮廓的效果。

04 按摩淋巴

耳后穴道有相当多的淋巴结，从耳后穴道开始按压，并加强耳后与颈部等淋巴结密集的部位。顺着下巴外轮廓线至反方向滑移，可使下巴到耳际的弧度立体，紧致下巴线条。

第31节：丝棋美学(31)

05 眼周按摩

沿着眼轮匝肌的方向由内往外做圆周式的按摩，并在眼尾处稍加按压。

06 眼下穴道点压

使用中指指腹在眼下方内侧凹陷处，由眼头穴道开始，由内往外轻轻按压，并用微细的螺旋状动作按摩眼圈暗沉及肌肤较不平整处，使血液循环更畅顺。

07 按摩额头

四指并拢，以顺时针方向，由内往外画圆圈，并从中央向左右横向按抚至太阳穴。

08 掌覆盖全脸

可以抚平肌肉的紧张，消除脸部因按摩而呈现的紧绷感，促进血液循环。

第32节：丝棋美学(32)

第33节：丝棋美学(33)

眼影产品

眼影就像是颜料，在相互调色、创新的变化中，为眼眸创造更多惊艳的色彩与活力。因此，为了适应各种场合、时空，眼影的种类也跟着多元化起来。

眼影种类

01 饼状粉质眼影

这是应用最广泛的眼影类型，也是目前市面上最常见的眼影类型。使用方法很多，可利用指腹、眼影棒、眼影刷等工具达成不同的效果。不过，这类眼影比较容易因出汗、出油或遇水而脱妆。由于现在眼影种类较多，这种粉质的压缩眼影，还可以细分为雾状质地与光亮质地。

雾状质地：所谓雾状质地，就是指眼影中不含任何珠光，色彩很单纯，涂擦的效果是粉雾感，尤其适合亚洲女生最在意的泡泡眼。由于性质单纯，所以容易搭配使用。需掌握的手法是使用眼影刷一层层慢慢堆叠，不要一次下手过重，如果担心量掌握不好，也可以先将眼影粉掸在手背上，蘸取一下眼影粉量，再慢慢堆叠。

光亮质地：此类型近年来相当受欢迎，多添加有珠光的成分，风格不同，有前卫如金属光感、细致如珍珠光泽、炫耀如霓虹闪烁、闪亮如钻石光彩，以不同质地反射光线，创造不同效果。不用太多技巧，只要选对颜色，就算只有一个颜色，轻轻抹在眼皮上，搭配上眼线，就有很不错的效果。

02 松粉状眼影

如蜜粉质地的细腻眼影粉末，多以小瓶罐装，专业的彩妆品牌较常推出此类产品。这种眼影，可分成当一般眼影使用的亮面或雾面质地眼影，或是带有亮片的特殊款眼影。尤其以含亮片的眼影，最受常参加派对者的喜爱，可以堆叠在眼皮上方，增加闪耀度。

不过这种眼影通常附着力较弱，建议可以上一层媒介，如霜状、液状眼影或是胶着剂等，一来避免脱妆，二来也免去粉末跑到眼睛内，有不适的疼痛感。

03 膏状眼影

此类眼影油脂含量较高，质地较为保湿滑润，可增加色彩的饱和度。涂推容易，通常以指腹或海绵头眼影棒推匀晕染即可。显色效果多给人油亮、服帖、半透明的感觉，可以拿来在涂眼影前打底，与粉质眼影相互搭配有很不错的显色效果。

04 霜状眼影

介于水状与膏状之间的质地，附着性也比粉质眼影好，所以许多彩妆师也用霜状眼影来打底，配合含有珠光或大颗粒亮粉、亮片的眼影产品，用来创造光亮的效果。

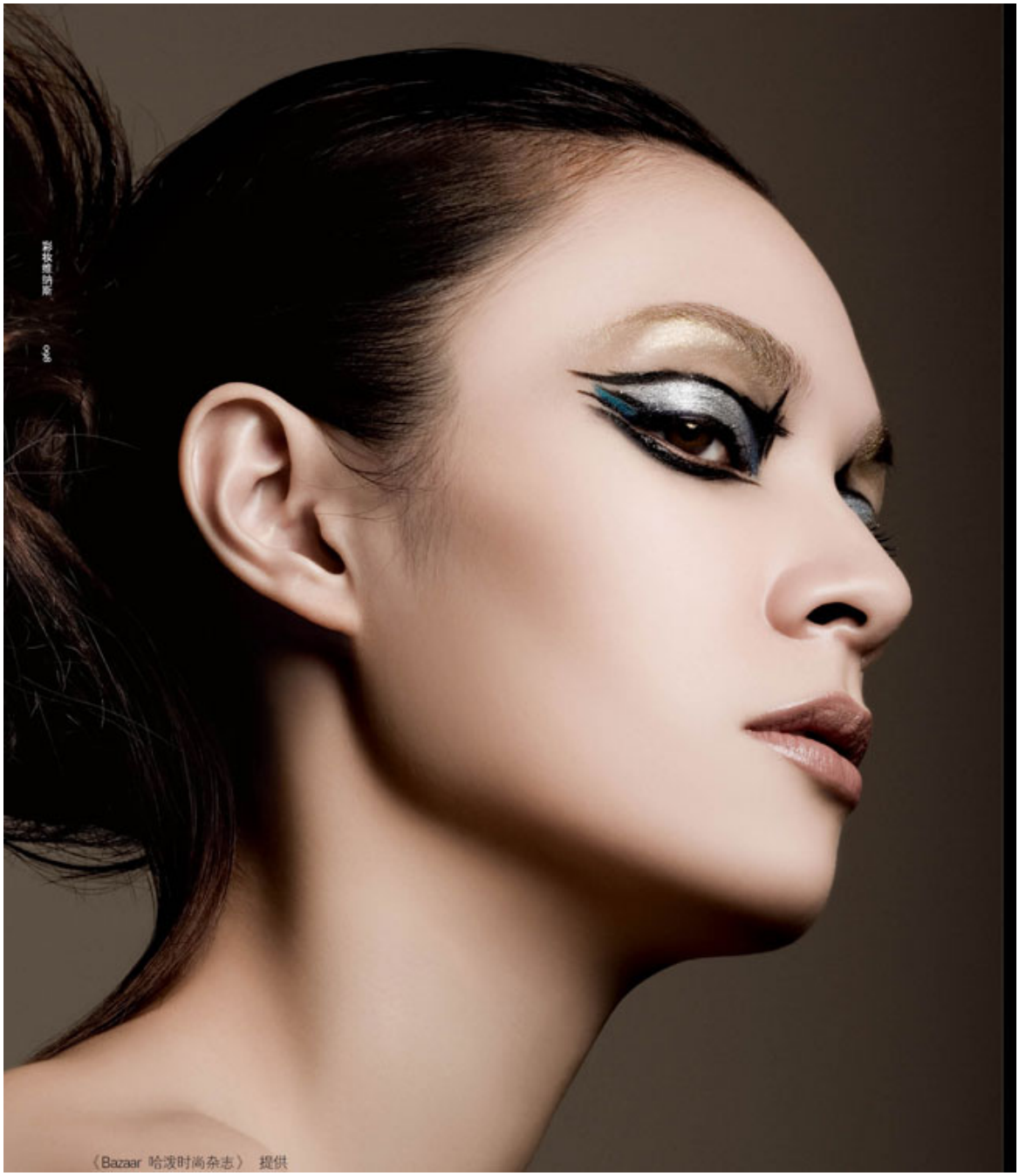
05 蜜状眼影

以水为基底的产品，质地比霜状或膏状眼影清爽、轻薄，而且不会像粉质眼影那般厚重或服帖度不足。但缺点是在眨眼时容易产生折痕，因此以少量薄推为主。

06 眼影笔

顾名思义就是笔状，易于携带，适合随时随地补妆用。有的做成铅笔状，有的则是双头可以替换。多用来描绘眼皮处，或是在睫毛根部、眼皮底线加强眼睛的深邃感。可以利用眼影棒、棉棒、眼影刷晕染边缘或再叠上同色或类似的眼影，创造更多层次。眼皮容易出油的人会有晕染状况，可以叠上粉质眼影改善。

第34节：丝棋美学(34)



第35节：丝棋美学(35)

眼妆美学

眼睛是脸部视觉的焦点，
只要晕染一点点色彩，就能明示独特个性与风采，
暗喻灵魂终极处的静谧与神秘。

眼妆，最能展现女性的柔情媚态、迷人风情。一双美丽自信的眼睛，含情脉脉，或娇或艳，或俏或柔，都在明眸流盼之间。眼妆，是一场眼睛与形、色、光影的华丽冒险。

眼妆不仅可以重塑、修饰眼形，眼神更是表现的重点。运用具有立体感的眼影色系、眼线与假睫毛，便可加强眼神，创造出深邃的凝视氛围。眼影可依照自己的眼形加强局部，唯需注意色彩的饱和度及层次感。眼线着重于线条的利落度、干净度，若是夸张型眼线就要注意线条的弧度，还有选用颜色的均匀度。刷睫毛膏时若是弄得灰灰脏脏，就无法表现出眼神，还需注意睫毛膏的颜色是否饱和均匀，刷睫毛时刷出扇子般的放射状最能表现出眼神，达到眼形放大的效果。

要让眼神深邃，隐约透露性感风情，最简单的方法就是画上眼线。想画利落的眼妆，让眼神干净清亮，可以只画一道“隐形眼线”——用眼线笔或眼线液，在睫毛和睫毛中间空隙处，细细描绘，即能创造出睫毛浓密的印象，并增加眼睛的存在感，让双目瞬间炯炯有神。 如果想要使眼睛明亮有神，不妨尝试加强眼线。以黑色或是棕色的眼线笔，勾勒出眼睛鲜明的轮廓，或拉长眼尾，展现猫眼般诱人魅惑；或在眼睛中部重叠加厚，让眼睛更显浑圆，甜美可人又不失优雅。

眼线加上眼影，会让眼妆更具魅力。将眼影从睫毛根部推向眼窝，晕染深浅渐层，再搭配亮粉或浅色眼影，就能展现明眸的迷人光彩。

至于睫毛，浓密卷翘、如羽扇般眨动的睫毛，会让美丽指数大幅提升。刷睫毛的诀窍是一定要从根部刷起，让睫毛根根分明，别在睫毛尾端和中段刷太多睫毛膏，以防过重造成下垂，让睫毛膏晕染了眼睛的四周。

眼妆的变化空间很大，可以用单色渐层，也可以多色混调，可以单一质感，也可以多质感层叠，只要在线条、颜色、光影上稍做改变，就可以创造出不同的氛围。

第36节：丝棋美学(36)

01, 02 **一段式眼影**

利用单色的晕染创造色彩的层次感，越靠近睫毛处的颜色越深，渐渐往眼窝晕染，以单色来表现深浅明暗，是眼部彩妆的基本技巧。

03, 04 **两段式眼影**

使用两种对比色或相似色来展现渐层技巧，将深色眼影着色于眼尾 1/2 处，将颜色推染于眼中，与浅色眼影互相融合至渐层效果，制造眼部的深邃度。

05, 06 **三段式眼影**

此种涂法可以使眼形拉长增大，可利用相近色由深至浅向外晕染，或以两侧深、中间浅的方式来展现眼睛轮廓。

01 CLARINS 金炫凡尔赛四色眼影
02 YSL 双色光幻眼影
03 DIOR 五色眼影
04 SONIA RYKIEL 冷焰四色眼影
05 GIVENCHY 最爱单宁风四色眼影

第37节：丝棋美学(37)

属于自己的眼线画法

经由彩妆的修饰，不同的眼形也可以散发无限电力。

很少有人的眼睛是完全对称且形状完美的，与其羡慕那些极少数，不如找出适合自己的眼妆画法，表现自己的独特眼神魅力！

细长眼形

在眼窝及眼线部分特别加深，也可在眼尾部分加强轮廓，然后填满，并将眼尾线条连接至下眼线 1/3 处。使用深色眼影，强调细长眼形的魅惑力，还可以修饰眼皮下垂状况。

双眼皮

基本眼影涂法都适用此眼形。眼影部分可晕染到眼折上方一点的地方或整个眼窝处，发挥空间大。

单眼皮

使用深色的眼影，以渐层的方式涂抹在眼皮上，加强眼窝及眼线的深邃度，眼线描粗，或者刷浓睫毛，可让眼睛有放大效果。

内双眼皮

可用渐层法将眼影涂满眼窝，眼线粗细皆宜，可增加睫毛长度及卷翘度。

第38节：丝棋美学(38)

肿眼

可利用深色眼影在眼窝处创造层次，避免用亮泽眼影。

眼袋

不要用太浅或珠光色的眼影打在眼袋处，这样会让眼睛更显肿。强调出下眼皮的眼线、眼影，加宽它来转移人们的注意力。

凹陷眼

以眼线提亮眼神，凹陷处以颜色明亮的眼影提亮，缓解眼神疲累感。

下垂眼

重点在于将眼尾上扬以矫正眼形。可以先将眼尾的眼皮往上撑，再描绘出眼尾上扬的眼影，并在上眼皮的眼尾处，采用深色眼影，从眼尾往眼头、由深而浅慢慢晕开。若是下垂过于严重，还可以利用双眼皮贴胶来改变眼形。

双眼距离太宽

用眼线和眼影加强眼头，以拉近两眼间的距离，到眼尾眼影颜色越来越淡。

第39节：丝棋美学(39)

双眼距离过近

把眼线及重点色眼影放在眼尾处，眼头以淡色眼影处理，眼线不特别描绘，以此来拉开两眼间的距离。

凤眼

对于西方人来说，凤眼有很独特的东方魅力，不过也因为眼尾较为高挑，有时给人一种比较难接近的距离感。不妨利用比肤色深的眼影，在眼尾和下眼影部分加强，让眼尾重量感觉较多，往下拉，眼神顿时柔和。

第40节：丝棋美学(40)

妆前保养

真正的美丽来自良好的基底，先做好打底的动作，上妆之后，才可创造出非常健康且薄透自然的妆感。肤质反应出一个人的生活习惯，经常熬夜、重口味的饮食，对肌肤的保养绝对不利。有效的保养应从身体的调养做起，正常的作息与恰当的饮食皆可帮助身体排出不良的成分，使肌肤水嫩有弹性。高纤维食品可促进身体的排毒，而含有深海鱼蛋白萃取精华的食用保养品，因与皮肤制造胶原蛋白及弹性纤维的养分类似，可快速被人体吸收，有助于增加皮肤的弹性。

调整好身体的状况之后，也别忘了要勤做外在的保养。妆前的保养原则是不能单纯因为保养而使皮肤受到过分刺激。我个人非常注重保湿与美白，上妆前让肌肤达到水油平衡是很重要的，一旦肌肤的保水度够，肌肤的油脂分泌就会正常，表层也会形成平滑的触感，上妆的过程中才不会因为皮肤的脱皮或干燥现象，让底妆看起来厚重不自然，无法达到裸透的效果。

我因工作经常需要出外景，晒到太阳之后便容易长出一些斑点，所以美白对我来说很重要。美白不仅可以淡化斑点，还可创造肌肤透亮的效果。肤色一旦均匀无斑，打出清透的底妆就并非难事了。但是单靠事后的补救并不能解决所有的问题，除了美白，防晒也是非常重要的，如果没有小心防止紫外线的伤害，是来不及拯救皮肤上的斑点的。

近年来，小巧细致的脸庞成为大家注意的焦点，其实脸部的轮廓大小除了天生的因素之外，通过按摩改善血液的循环状况，对消除水肿、改善脸部线条的视觉效果都有很大的帮助，建议大家试着做做看。

01 LA MER 乳霜
02 SK-II 赋活拉提面膜
03 SK-II PITERA 晶透炫白面膜
04 IMEDEEN TIME PERFECTION 多元修护配方
05 SHU UEMURA 黑萃紫颜精华液
06 SHISEIDO 资生堂净白露 II
07 G. L. A. 眼霜
08 FORTE 经典风华回龄霜
09 SHU UEMURA 黑萃紫颜活化露
10 PAUL & JOE 白雪洁面泡泡

第41节：丝棋美学(41)

妆前保养的步骤

01 清洁

选择适合自己肤质的温和洗面乳，以轻柔的手法清洁脸部，记得不要用力拉扯、刺激皮肤，也不要过度清洁，使得皮肤过于紧绷。

02 去角质

角质平滑与否会直接影响化妆的光滑度和服帖度。

03 保湿及收敛化妆水

要拥有健康、清透的妆感，请拍上有平衡油脂分泌与保湿效果的高机能化妆水。如果是油性肌肤，除了化妆水外，记得在鼻子和下巴部位，使用收敛水及控油产品。

04 面膜

面膜可紧急修护干燥肌肤，只需要一点点时间，即使前一晚熬夜，也能改变气色，但不要使用刺激性过强的面膜，免得敷完脸之后反而造成肤色泛红。

05 眼部保养

眼周的干燥细纹在上完底妆后会更加明显，上妆前可在眼周先擦上眼部精华液，再用眼霜按压眼部，让眼部肌肤瞬间润泽，为眼部的彩妆打好基底。

06 日用乳液

这是妆前保养的重要步骤，即使是油性肌肤的人也可以选择清爽型的日用乳液。